సాక్షి నాగర్‌కర్నూల్

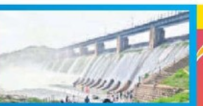
శనివారం । 27 । సెప్టెంబర్ । 2025



స్కందమాత.. నమోస్తుతే

అలంపూర్ క్షేత్రంలో స్కందమాత రూపంలో అలంకరించిన జోగుళాంబను భక్తులు దర్శించుకొని తరించారు.

-IIలో ▸



ప్రాజెక్టుల్లో జలసవ్వడి

ఉమ్మడి మహబూబ్‌నగర్ జిల్లావ్యాప్తంగా కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు ప్రాజెక్టుల వద్ద జలసవ్వడి నెలకొంది.

-IIలో ▸

వాతావరణం

గరిష్టం/కనిష్టం 31.8 /19.0

రోజంతా ఆకాశం మేఘావృతమై ఉంటుంది. ఓ మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షం కురుస్తుంది. చల్లటి గాలులు వీస్తాయి.



రూ.1.55 కోట్లతో అమ్మవారికి అలంకరణ

దేవీ శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా శుక్రవారం కొల్లాపూర్‌లోని వాసవీ కన్యకా పరమేశ్వరి ఆలయంలో అమ్మవారిని ఆర్య వైశ్య సంఘం నాయకులు రూ. 1.55కోట్లతో అలంకరించారు. రూ. 10నుంచి రూ. 500 వరకు అన్నిరకాల నోట్లతో వాసవీ మాతను ధనలక్ష్మీదేవిగా అలంకరించి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. - కొల్లాపూర్

ముంచుతున్న ముసురు

జిల్లాలో ఎడతెరిపి లేకుండా వర్షం



బిజినేపల్లి మండలం మంగనూర్‌లో నీటమునిగిన పత్తిపంట

- పలుచోట్ల నీటమునిగిన పంటలు
- దిగుబడిపై తీవ్ర ప్రభావం
- ఆందోళనలో రైతులు
- పంటనష్టాన్ని అంచనా వేసి ఆదుకోవాలని వేడుకోలు

సాక్షి, నాగర్‌కర్నూల్: జిల్లాలో రెండు రోజులుగా ముసురు వాన కురుస్తోంది. శుక్రవారం సైతం నిరాటంకంగా వర్షం కురిసింది. అత్యధికంగా కొల్లాపూర్ మండలంలో 56.8 మి.మీ. వర్షపాతం నమోదైంది. పెద్దకొత్తపల్లి, నాగర్‌కర్నూల్, కోడేరు, తిమ్మాజిపేట మండలాల్లో 34 మి.మీ. మించి వర్షం కురిసింది. అధిక వర్షాలకు పంట పొలాలు నీట మునడంతో రైతులకు తీవ్ర నష్టం వాటిల్లుతోంది. నిరాటంకంగా కురుస్తున్న వర్షాలతో పంటలు రంగు మారి దెబ్బతింటున్నాయని.. ఈ సారి దిగుబడి తగ్గుతుందని రైతులు దిగాలు చెందుతున్నారు. పంటలను రక్షించుకునేందుకు కష్టాలు పడుతున్నారు.

ఇప్పటికే 311 ఎకరాల్లో పంటనష్టం..

జిల్లాలోని నాగర్‌కర్నూల్, బిజినేపల్లి, తిమ్మాజిపేట, తాడూరు, కల్వకుర్తి, కోడేరు, లింగాల, తెలకపల్లి మండలాల్లో పంటనష్టం ఎక్కువగా ఉంది. ఇప్పటివరకు జిల్లావ్యాప్తంగా 311 ఎకరాల్లో పత్తి, వరి, మొక్కజొన్న పంటలకు నష్టం వాటిల్లినట్టు అధికారులు గుర్తించారు. అయితే ఇంతకన్నా ఎక్కువ స్థాయిలో నష్టం జరిగిందని.. అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో మరోసారి నష్టాన్ని అంచనా వేయాలని రైతులు చెబుతున్నారు. పంట నష్టపోయిన రైతులను ప్రభుత్వం గుర్తించి నష్టపరిహారం అందించాలని కోరుతున్నారు.

జిల్లాలో శుక్రవారం నమోదైన వర్షపాతం మండలాల వారీగా ఇలా (మి.మీటర్లలో)..

మండలం	వర్షపాతం
కొల్లాపూర్	56.8
పెద్దకొత్తపల్లి	56.3
నాగర్‌కర్నూల్	37.3
కోడేరు	36.5
తిమ్మాజిపేట	34.3
బిజినేపల్లి	28
ఉప్పునుంతల	27.8
తెలకపల్లి	26
బల్మూర్	25.8
లింగాల	20.3
అచ్చంపేట	15.5
తాడూరు	13.8
ఊర్కొండ	13
పదర	11.3
కల్వకుర్తి	10.8
అమ్రాబాద్	9.3
వెల్దండ	7.8
వంగూరు	6.5
చారకొండ	4

జిల్లాలో పంటనష్టం వివరాలు..

వరి 207.4	పత్తి 103	మొత్తం
మొక్కజొన్న 1.2		311.24

నాలుగెకరాలు నీటమునిగింది..



గురువారం రాత్రి నుంచి కురిసిన వర్షానికి వరద నీరంతా వరి పొలాన్ని ముంచెత్తింది. నాలుగెకరాల పంట నీటిలో మునిగిపోయింది. పత్తి, మొక్కజొన్న పంటలు సైతం దెబ్బతిన్నాయి. ప్రభుత్వం నష్టపోయిన పంటలకు సకాలంలో పరిహారం అందించాలి.

– చెన్నయ్య, రైతు, చేగుంట, తిమ్మాజిపేట మండలం

ప్రభుత్వానికి నివేదించాం..

జిల్లాలోని మండలాల వారీగా వరి, పత్తి, మొక్కజొన్న పంటల నష్టం వివరాలు తీసుకున్నాం. ఏఈఓల ద్వారా క్షేత్రస్థాయిలో పంట నష్టం విస్తీర్ణం, రైతుల వివరాలు సేకరించాం. పంటలు నష్టపోయిన రైతులకు ప్రభుత్వ ఆదేశాల ప్రకారం నష్టపరిహారం అందిస్తాం.

– యశ్వంత్‌రావు, జిల్లా వ్యవసాయశాఖ అధికారి



తిమ్మాజిపేట మండలం చేగుంటలో నీటమునిగిన పొలాన్ని చూపుతున్న రైతు

దిగుబడిపై ఆశలు గల్లంతు..

జిల్లాలో ఈసారి వానాకాలం అత్యధికంగా 2.60 లక్షల ఎకరాల్లో రైతులు పత్తిపంట సాగుచేయగా.. 1.60 లక్షల ఎకరాల్లో వరిసాగైంది. మరో 72వేల ఎకరాల్లో మొక్కజొన్న పంట సాగుచేశారు. ఈ సారి అధిక వర్షాల ప్రభావంతో పంట చేళ్లలో నీరు నిలిచి నష్టం వాటిల్లుతోంది. ముఖ్యంగా పత్తిపంట రంగు మారడంతో పాటు ఎదగడం లేదని రైతులు వాపోతున్నారు. ఈసారి యూరియా కొరతతో పాటు అధిక వర్షాల కారణంగా పంటల దిగుబడి తగ్గుతుందని ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఏటా పెట్టుబడి ఖర్చులు పెరుగుతుండగా.. ఈసారి ప్రతికూల పరిస్థితులు నెలకొనడంతో దిగుబడి రాక పెట్టుబడులు కూడా రావని చెబుతున్నారు. పంటలు నష్టపోయిన రైతులకు ప్రభుత్వం సకాలంలో నష్టపరిహారం అందించాలని కోరుతున్నారు.

స్థానిక ఎన్నికలు సమర్థవంతంగా నిర్వహిద్దాం



చాకలి ఐలమ్మ చిత్రపటానికి నివాళులర్పిస్తున్న కలెక్టర్ బదావత్ సంతోష్

- ఎన్నికల సంఘం మార్గదర్శకాలు విధిగా పాటించాలి
- నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వ్యవహరిస్తే చర్యలు
- కలెక్టర్ బదావత్ సంతోష్

నాగర్‌కర్నూల్: జిల్లాలో జరగబోయే ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ ఎన్నికలను పారదర్శకంగా, సమర్థవంతంగా నిర్వహించేందుకు అధికారులు అన్నివిధాలా సన్నద్ధం కావాలని కలెక్టర్ బదావత్ సంతోష్ ఆదేశించారు. శుక్రవారం కలెక్టరేట్‌లో ఎన్నికల రిటర్నింగ్, సహాయ అధికారులు, సిబ్బందికి తొలి దశ శిక్షణ తరగతులు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. ఎన్నికల సంఘం జారీ చేసిన మార్గదర్శకాలను కచ్చితంగా పాటించాలని సూచించారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు బ్యాలెట్ పత్రాలతో నిర్వహిస్తున్నందున అవసరమైన ఏర్పాట్లు ముందుగానే చేసుకోవాలని తెలిపారు. నోటిఫికేషన్ వెలువడిన వెంటనే మండల పరిషత్ కార్యాలయాల్లో నామినేషన్ల స్వీకరణ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయాలని.. నామినేషన్ల ప్రక్రియను సమయపాలనతో నిర్వహించాలని ఆయన సూచించారు. నామినేషన్ స్వీకరణ గదిలో తప్పనిసరిగా గోడ గడియారం ఉండాలన్నారు. నిబంధనలు పాటిస్తే పోలింగ్, కౌంటింగ్ ప్రక్రియ సజావుగా సాగుతాయని కలెక్టర్ వివరించారు. ఎన్నికల్లో రిటర్నింగ్ అధికారుల పాత్ర అత్యంత కీలకమని అన్నారు. షెడ్యూల్ విడుదలైనప్పటి నుంచి అభ్యర్థులకు గుర్తుల కేటాయింపు వరకు పూర్తి బాధ్యతగా వ్యవహరించాలని సూచించారు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సొంత నిర్ణయాలు తీసుకోవద్దని తెలిపారు. ఎన్నికల నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ప్రవర్తించే అధికారిపై కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఎన్నికల్లో పోటీచేసే అభ్యర్థులకు నామినేషన్ ప్రక్రియపై అవగాహన కల్పించేందుకు ప్రత్యేకంగా ఒక కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్లు దేవ సహాయం, అమరేందర్, డిప్యూటీ సీఈఓ గోపాల్ నాయక్, డీపీఓ శ్రీరాములు, అడిషనల్ డీఆర్డీఓ రాజేశ్వరి పాల్గొన్నారు.

పోరాటయోధురాలు ఐలమ్మ..

జమీందారీ వ్యవస్థకు వ్యతిరేకంగా పేద రైతుల పక్షాన పోరాడిన యోధురాలు చాకలి ఐలమ్మ అని కలెక్టర్ బదావత్ సంతోష్ అన్నారు. వీరనారి చాకలి ఐలమ్మ జయంతిని కలెక్టరేట్‌లో ఘనంగా నిర్వహించారు. వెనుకబడిన తరగతుల సంక్షేమశాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో కలెక్టర్ చాకలి ఐలమ్మ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ ఉద్యమంలో చాకలి ఐలమ్మ ప్రధాన పాత్ర పోషించారన్నారు. తెలంగాణ పౌరుషం, పోరాటం, త్యాగం భావితరాలకు అందించి ఉద్యమ స్ఫూర్తిని కలిగించిన మహనీయురాలు అని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ పి.అమరేందర్, స్పెషల్ డిప్యూటీ కలెక్టర్, జిల్లా ఇన్‌చార్జి బీసీ వెల్ఫేర్ అధికారి యాదగిరి, డీఈఓ రమేశ్‌కుమార్, డీవైఎస్‌ఓ సీతారాం నాయక్, మిషన్ భగీరథ ఈఈ సుధాకర్ సింగ్ పాల్గొన్నారు.

అప్రమత్తంగా ఉండాలి..

జిల్లాలో భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందన్న అన్నిశాఖల అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని కలెక్టర్ సంతోష్ ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. వర్షాల కారణంగా ఎలాంటి ప్రమాదాలు సంభవించకుండా ముందస్తు చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. లోతట్టు ప్రాంతాల్లో, శిథిలావస్థకు చేరిన భవనాల్లో నివసిస్తున్న వారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించాలని తెలిపారు. నది ప్రవాహ ప్రాంతాల్లో చేపల వేటకు వెళ్లకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. నదులు, చెరువులు ప్రవహించే ప్రాంతాల్లో ప్రజల రాకపోకలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని సూచించారు. విద్యుత్ సరఫరాకు ఎలాంటి అంతరాయం లేకుండా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. వేలాడుతున్న విద్యుత్ వైర్లను వెంటనే సరిచేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో తక్షణమే స్పందించేందుకు అధికారులు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉండాలన్నారు.

న్యూస్‌రీల్

ఏడు ఎకరాల్లో వైఎస్సార్ పార్కు



అచ్చంపేట రూరల్: పట్టణాన్ని అన్నిరంగాల్లో అభివృద్ధిపరిచేందుకు రూ. 30కోట్లతో ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసినట్లు ఎమ్మెల్యే డా.చిక్కుడు వంశీకృష్ణ అన్నారు. శుక్రవారం పట్టణంలోని సీతారాలగుట్ట ప్రాంతాన్ని పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ.. పట్టణ ప్రజల ఆహ్లాదం కోసం ఏడు ఎకరాల్లో వైఎస్సార్ పార్కు ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు చెప్పారు. అదే విధంగా రూ. 8కోట్లతో రాజీవ్- ఎన్టీఆర్ మినీ స్టేడియం విస్తరణ పనులు చేపడుతామన్నారు. కళాభారతి తదితర అభివృద్ధి పనులను త్వరలోనే ప్రారంభిస్తామన్నారు. అనంతరం దసరా, బతుకమ్మ పండుగ ఏర్పాట్లను ఆయన పరిశీ లించారు. కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ అధికారులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

అథ్లెటిక్స్‌లో మెరిసిన గిరిజన తేజం

- జాతీయ స్థాయిలో కాంస్య, రజత పతకాలు

-IIలో ▸

సమస్యలు పరిష్కరించే వరకు ఆందోళన

అచ్చంపేట రూరల్: తమ సమస్యలను పరిష్కరించే వరకు ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడుతామని డెయిలీ వైజ్ వర్కర్స్ యూనియన్ రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ సురేందర్ అన్నారు. ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ వసతిగృహాల్లో విధులు నిర్వర్తిస్తున్న డెయిలీ వైజ్ వర్కర్లు చేపట్టిన సమ్మెలో భాగంగా శుక్రవారం అచ్చంపేటలో వర్షంలోనూ నిరసన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ వసతిగృహాల్లో రోజువారీ వేతనాలతో పనిచేస్తున్న కార్మికుల సమస్యలు పరిష్కరించాలని 15 రోజులుగా ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నా ప్రభుత్వం పట్టించుకోకపోవడం దారుణమన్నారు. కార్మికులకు ఏడు నెలలుగా పెండింగ్‌లో ఉన్న వేతనాలను చెల్లించడంతో పాటు న్యాయమైన డిమాండ్లను నెరవేర్చాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో భరత్, రాజు, పద్మ పాల్గొన్నారు.



నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్న కార్మికులు

దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

వనపర్తిటౌన్: జిల్లాలోని 16 ప్రీ ప్రైమరీ స్కూళ్లలో 2025–26 సంవత్సరానికిగాను స్కూల్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్, ఆయాల ఖాళీల భర్తీకి దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తున్నట్లు జిల్లా విద్యాధికారి అబ్దుల్ ఘనీ శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. కొత్తకోట మండలంలో మూడు, వనపర్తి, ఖిల్లాఘనపురం, వీపనగండ్ల, పెబ్బేరు, పాన్‌గల్ మండలంలో రెండు, పెద్దమందడి, రేవల్లి, అమరచింతలో ఒక్కో ఖాళీ ఉన్నట్లు వెల్లడించారు. స్కూల్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌కు ఇంటర్మీడియట్, ఆయాకు 7వ తరగతి ఉత్తీర్ణులైన మహిళలు అర్హులని పేర్కొన్నారు. స్కూల్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌కు రూ.8 వేలు, ఆయాకు రూ.6 వేల వేతనం ఉంటుందని, స్థానికత, మెరిట్ ఆధారంగా ఎంపిక చేపడతామని సూచించారు.

ఐలమ్మ ఆశయ సాధనకు కృషి చేయాలి

నాగర్‌కర్నూల్ క్రైం: వీరనారి చాకలి ఐలమ్మ ఆశయ సాధన కోసం ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని ఎస్పీ గైక్వాడ్ వైభవ్ రఘునాథ్ అన్నారు. శుక్రవారం జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలో చాకలి ఐలమ్మ జయంతిని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఎస్పీ మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణలో భూ పోరాటానికి నాంది పలికిన ఐలమ్మను ప్రతి ఒక్కరూ ఆదర్శంగా తీసుకోవాలన్నారు. కార్యక్రమంలో ఏఓ కృష్ణయ్య, సీఐ శంకర్, ఆర్ఐ జగన్, సీసీ బాలరాజు, ఆర్ఎస్ఐ గౌస్ పాషా తదితరులు పాల్గొన్నారు.



చాకలి ఐలమ్మ చిత్రపటం వద్ద నివాళులర్పిస్తున్న ఎస్పీ గైక్వాడ్ వైభవ్ రఘునాథ్

'గ్రామ రెవెన్యూ'కు పునర్వైభవం

జిల్లాలో 189మంది జీపీఓల నియామకం

- గతంలో పనిచేసిన వీఆర్‌ఓ, వీఆర్‌ఏలకు అవకాశం
- సొంత మండలం, నియోజకవర్గంలో విధులకు బ్రేక్
- బలోపేతం దిశగా గ్రామ రెవెన్యూ వ్యవస్థ



అచ్చంపేట: జిల్లాలో గ్రామ పాలన పునర్ వైభవం సంతరించుకుంటోంది. గ్రామ పరిపాలన అధికారుల (జీపీఓ) నియామకంతో గ్రామస్థాయిలో రెవెన్యూ పాలన పునరుజ్జీవం పోసుకుంటోంది. జిల్లాకు 189 మంది జీపీఓలను ప్రభుత్వం కేటాయించగా.. ఇటీవల కలెక్టరేట్‌లో అదనపు కలెక్టర్ అమరేందర్ నియామక పత్రాలను అందజేశారు. మండలాల వారీగా కౌన్సెలింగ్ నిర్వహించి గ్రామాలను కేటాయించారు. జీపీఓల సొంత మండలం, నియోజకవర్గం కాకుండా ఇతర ప్రాంతాల్లో పోస్టింగ్ ఇచ్చారు.

ఐదేళ్ల నిరీక్షణకు తెర..

క్షేత్రస్థాయిలో రెవెన్యూశాఖలో అవినీతి పెరిగిపోవడంతో ప్రభుత్వానికి చెడ్డపేరు వస్తుందని 2020 ఆగస్టు 1న గత బీఆర్‌ఎస్ ప్రభుత్వం వీఆర్‌ఓ వ్యవస్థను రద్దు చేసింది. 2023 ఆగస్టు 10న వీఆర్‌ఏ వ్యవస్థను కూడా రద్దుచేసింది. సదరు వీఆర్‌ఓ, వీఆర్‌ఏలను జిల్లాలోనే వివిధ శాఖల్లో సర్దుబాటు చేసి పోస్టింగ్ కల్పించారు. మరికొందరిని ఇతర జిల్లాలకు కేటాయించారు. దీంతో గ్రామస్థాయిలో రెవెన్యూ వ్యవస్థ కనుమరుగైంది. ఏ చిన్న సమస్య తలెత్తినా ప్రజలు తహసీల్దార్ కార్యాలయానికి రావాల్సి వస్తోంది. ఐదేళ్లుగా గ్రామాల్లో ఎక్కడి పనులు అక్కడ స్తంభించాయని భావించిన ప్రస్తుత ప్రభుత్వం.. తిరిగి రెవెన్యూ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాలని నిర్ణయించింది. ఈ క్రమంలోనే జీపీఓల నియామకానికి శ్రీకారం చుట్టింది. ఫలితంగా మళ్లీ గ్రామస్థాయిలో ప్రజలకు రెవెన్యూ సేవలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. గతంలో వీఆర్‌ఓ, వీఆర్‌ఏలుగా విధులు నిర్వర్తించిన వారికి అర్హత పరీక్ష నిర్వహించి జీపీఓలుగా ఎంపిక చేశారు.

గ్రామస్థాయిలో కీలకం..

జీపీఓలు గ్రామస్థాయిలో కీలకంగా మారనున్నారు. భూ భారతి, రైతాంగ సమస్యలు, ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల అమలు, ప్రకృతి వైపరీత్యాల సందర్భంగా ప్రభుత్వం తరఫున ప్రజలకు అండగా నిలవడం తదితర విధులు కేటాయించారు. ఎన్నికల సమయంలో బీఎల్‌ఓలుగా కూడా వ్యవహరించనున్నారు.

జిల్లాలో 189 క్లస్టర్లు..

జిల్లాలో 20 మండలాల్లో నాలుగు రెవెన్యూ డివిజన్లు, 460 గ్రామపంచాయతీల పరిధిలోని 350 రెవెన్యూ గ్రామాలను 189 క్లస్టర్లుగా నిర్ణయించారు. మొదటిసారి 127 మంది వీఆర్‌ఓ, వీఆర్‌ఏలు ఆప్షన్లు ఇచ్చారు. వీరిలో 112 మంది పరీక్ష రాయగా.. 67 మంది అర్హత సాధించారు. రెండోసారి 66 మంది ఆప్షన్లు ఇవ్వగా.. 55 మంది పరీక్షకు హాజరయ్యారు. వీరిలో 45మంది అర్హత సాధించారు. ఆసక్తి ఉండి పరీక్ష రాసి అర్హత సాధించిన 112 మందిని జీపీఓలుగా నియమించారు. వీరితో పాటు రెవెన్యూశాఖల్లో జూనియర్ అసిస్టెంట్లుగా పనిచేస్తున్న 77 మంది అప్పటి వీఆర్‌ఏలను డిప్యూటేషన్‌పై అడిషనల్ జీపీఓలుగా ఎంపిక చేశారు. వారికి కౌన్సెలింగ్ నిర్వహించి నియామక పత్రాలు అందజేయాల్సి ఉంది.

అంకితభావంతో సేవలు..



గతంలో నిర్వహించిన విధులను తిరిగి నిర్వహించే అదృష్టం రావడం సంతోషంగా ఉంది. ప్రజలకు అవసరమైన సేవలను అంకిత భావంతో అందిస్తాం. ప్రజలు మండల కేంద్రంలోని తహసీల్దార్ కార్యాలయాలకు వ్యయప్రయాసలతో వచ్చే పరిస్థితి ఉండదు. మాకు ఈ అవకాశం కల్పించిన ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు.

– ఎడ్ల శంకర్, జీపీఓ, జూపల్లి, చారకొండ మండలం

సమస్యలు పరిష్కరిస్తాం..



గ్రామస్థాయిలో ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించడానికి తిరిగి అవకాశం రావడం అదృష్టంగా భావిస్తున్నా. తిరిగి మా విధులను మేము నిర్వహించుకునే అవకాశం కల్పించిన ప్రభుత్వానికి ,అధికారులకు రుణపడి ఉంటాం. శాయశక్తులా ప్రజలకు సేవలను పారదర్శకంగా అందిస్తాం.

– ఎండీ సాదిక్, జీపీఓ, జట్నూరపల్లి, ఊరకొండ మండలం

ధాన్యం కొనుగోళ్లకు సన్నద్ధం

- జిల్లాలో 236 కేంద్రాల ఏర్పాటుకు సన్నాహాలు
- 2.54లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం సేకరణ లక్ష్యం
- గన్నీబ్యాగుల కొరత లేకుండా చర్యలు



నాగర్‌కర్నూల్ కొనుగోలు కేంద్రం వద్ద ధాన్యాన్ని తూకం వేస్తున్న సిబ్బంది (ఫైల్)

నాగర్‌కర్నూల్: వానాకాలం వరిధాన్యం కొనుగోళ్లకు అధికారులు సన్నద్ధమవుతున్నారు. జిల్లాలో రోజురోజుకు వరిసాగు విస్తీర్ణం పెరుగుతోంది. అందుకు అనుగుణంగా అధికారులు దిగుబడిని అంచనా వేసి.. కొనుగోలు కేంద్రాల ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. గతేడాది వానాకాలంలో వరిపంట అగ్గితెగులు బారినపడి పెద్దగా దిగుబడి రాలేదు. ఈ ఏడాది అధిక వర్షాలతో చాలాచోట్ల వరి పొలాలు నీటమునగడంతో పంట దిగుబడిపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంది. అయితే మరో నెల రోజుల్లో పంట చేతికొచ్చే అవకాశం ఉండటంతో అక్టోబర్ చివరి వారం లేదా నవంబర్ మొదటి వారంలో కొనుగోలు కేంద్రాలను ప్రారంభించే అవకాశం ఉందని అధికారులు చెబుతున్నారు.

1.62లక్షల ఎకరాల్లో సాగు..

జిల్లాలో వానాకాలం రికార్డు స్థాయిలో వరిపంట సాగైంది. మొత్తం 1,62,095 ఎకరాల్లో వరిసాగు కాగా.. 4,53,866 మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం దిగుబడి వస్తుందని అధికారులు అంచనా వేశారు. కొనుగోలు కేంద్రాల ద్వారా 2,54,168 మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని సేకరించాలని లక్ష్యంగా నిర్దేశించారు.

లక్ష్యానికి అనుగుణంగా..

జిల్లాలో ప్రభుత్వ లక్ష్యం మేరకు 2.54 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని సేకరించేందుకు 236 కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసేందుకు అధికారులు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. ఐకేపీ ఆధ్వర్యంలో 103, పీఏసీఎస్ ఆధ్వర్యంలో 129, మెప్మా ఆధ్వర్యంలో 4 కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయనున్నారు. గతేడాది వానాకాలంలో 2.50 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని సేకరించాలని లక్ష్యంగా నిర్దేశించుకోగా.. రైతుల నుంచి 1.84 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని మాత్రమే సేకరించారు. అయితే ప్రతి ఏటా కొనుగోలు కేంద్రాల్లో గన్నీబ్యాగుల కొరత పెద్ద సమస్యగా మారింది. అధికారులు అవసరమైన గన్నీబ్యాగులను అందుబాటులో ఉంచకపోవడంతో రైతులు రోజుల తరబడి కొనుగోలు కేంద్రాల్లోనే ధాన్యాన్ని పెట్టాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురయ్యాయి. ప్రస్తుతం గతంలో ధాన్యాన్ని తరలించిన మిల్లుల వద్ద నుంచి గన్నీబ్యాగులు తెప్పించేందుకు అధికారులు చర్యలు తీసుకుంటున్నారు.

63.54 లక్షల గన్నీబ్యాగులు అవసరం..

కొనుగోలు కేంద్రాల్లో గన్నీ బ్యాగుల సమస్య తలెత్తకుండా సంబంధిత అధికారులు పక్కా ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా 63.54లక్షల గన్నీ బ్యాగులు అవసరమని అధికారులు అంచనా వేయగా.. ప్రస్తుతం 18.93లక్షల గన్నీ బ్యాగులు మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఇంకా 49.61 లక్షల గన్నీబ్యాగులు దిగుమతి చేసుకోవాల్సి ఉంది.

ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం..

వానాకాలం రైతులు పండించిన వరిధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేసేందుకు ముందస్తుగా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం. జిల్లావ్యాప్తంగా 236 కొనుగోలు కేంద్రాల ఏర్పాటుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నాం. పంట చేతికొచ్చే నాటికి అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తిచేసి.. కొనుగోలు కేంద్రాలను ప్రారంభిస్తాం.

– బాల్‌రాజు, సివిల్‌సప్లై డీఎం

క్లుప్తంగా

వ్యక్తి ఆత్మహత్య



శ్రీనివాస నాయుడు (ఫైల్)

మక్తల్: ఉరివేసుకొని వ్యక్తి ఆత్మహత్య చేసుకున్న ఘటన పట్టణంలో చోటు చేసుకుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం విజయనగరం జిల్లా బొబ్బిలి మండలం పిరిడికి చెందిన శ్రీనివాసనాయుడు(45) పట్టణంలో నివాసముంటూ కర్ణాటక శక్తినగర్‌లోని శిల్ప కంపెనీలో పని చేస్తున్నాడు. ఈ క్రమంలో గురువారం విధులు ముగించుకొని ఇంటికి వచ్చాడు. భార్య విజయ పిల్లలతో కలిసి భూలక్ష్మమ్మ ఆలయానికి వెళ్లి తిరిగి వచ్చేలోపు శ్రీనివాసనాయుడు ఇంట్లో ఉరి వేసుకొని ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. మృతుడి సోదరుడు నవీన్ ఫిర్యాదు మేరకు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి మృతదేహాన్ని మక్తల్ ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తరలించారు. శుక్రవారం పోస్టుమార్టం అనంతరం మృతదేహాన్ని కుటుంబ సభ్యులకు అప్పగించినట్లు ఎస్‌ఐ భాగ్యలక్ష్మీరెడ్డి తెలిపారు. మృతుడికి ఇద్దరు కుమార్తెలు ఉన్నారు.

బైక్ అదుపుతప్పి వ్యక్తి దుర్మరణం

- తండ్రి మరణించిన 5 రోజులకే కుమారుడు సైతం..

గోపాల్‌పేట: బైక్ అదుపుతప్పి చెట్టును ఢీకొట్టడంతో వ్యక్తి మృతి చెందిన ఘటన మండలంలోని తాడిపర్తిలో శుక్రవారం రాత్రి జరిగింది. స్థానికుల కథనం మేరకు.. నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లా వడ్డెమాన్ గ్రామానికి చెందిన ఏటవాలు రవి(37) వనపర్తికి బైక్‌పై వెళ్తుండగా తాడిపర్తి వద్ద అదుపుతప్పి రోడ్డు పక్కనున్న చెట్టును ఢీకొట్టింది. ప్రమాదంలో తీవ్రగాయాలపాలైన రవిని స్థానికులు ఆస్పత్రికి తరలించగా అప్పటికే మృతి చెందినట్లు వైద్యులు నిర్ధారించారు. ఐదు రోజుల క్రితమే మృతుడి తండ్రి మరణించినట్లు తెలిసింది. ప్రమాదంపై గోపాల్‌పేట ఎస్‌ఐ నరేష్‌కుమార్ వివరణ కోరగా ఎలాంటి ఫిర్యాదు అందలేదని పేర్కొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయాలు.. కేసు నమోదు

తిమ్మాజిపేట: రోడ్డు ప్రమాదంలో ఓ వ్యక్తికి గాయాలయ్యాయి. ఏఎస్‌ఐ సాయి నిర్మలాదేవి వివరాల ప్రకారం.. పూర్తి వివరాలు వివరాలు.. బిజినేపల్లికి చెందిన మునవరోద్దీన్ ఈ నెల 25న గ్రామం నుంచి జడ్చర్లకు తన మిత్రుడితో కలిసి బైక్‌పై వెళ్తున్నాడు. మార్గ మధ్యలో తిమ్మాజిపేట పెట్రోల్ బంకు సమీపంలో వెంకటేష్ అనే వ్యక్తి వస్తున్న బైక్‌ను ఎదురెదురుగా ఢీకొన్నాయి. ప్రమాదంలో గాయపడిన మునవరోద్దీన్‌ను చికిత్స నిమిత్తం హైదరాబాద్ నిమ్స్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. బాధితుడి సోదరుడి అంజత్ ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్లు ఏఎస్‌ఐ తెలిపారు.

కుక్క అడ్డు రావడంతో..

గండేడ్: కుక్క అడ్డం రావడంతో బైక్ అదుపుతప్పి తండ్రి కొడుకులకు గాయాలయ్యాయి. పూర్తి వివరాలు.. మండలంలోని పెద్దవార్వాల్‌కు చెందిన ఆశన్న, కుమారుడు మల్లేశ్ శుక్రవారం మధ్యాహ్నం బైక్‌పై జక్లపల్లి నుంచి పెద్దవార్వాల్ వెళ్తున్నారు. ఈ క్రమంలో జక్లపల్లి రాయికుంట వద్ద కుక్క అడ్డుగా రావడంతో బైక్ అదుపుతప్పి ఇద్దరు కిందపడ్డారు. ప్రమాదంలో మల్లేశ్‌కు ఎడమ కాలు విరగ్గా ఆశన్నకు గాయాలయ్యాయి. గాయపడిన వారిని స్థానికులు 108లో జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు.

స్కందమాత.. నమోస్తుతే

- అలంపూర్ ఆలయాల్లో ఘనంగా కొనసాగుతున్న నవరాత్రి ఉత్సవాలు
- శుక్రవారం కావడంతో పెరిగిన రద్దీ
- దర్శించుకున్న ప్రముఖులు



జోగుళాంబ ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొన్న భక్తులు

అలంపూర్: దేవీ శరన్నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఐదోరోజు శుక్రవారం దక్షిణకాశీ అలంపూర్ క్షేత్రంలోని జోగుళాంబ అమ్మవారు స్కందమాతగా భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఆలయంలో ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటుచేసిన మండపంలో రోజు వివిధ రూపాల్లో దర్శనమిస్తున్న అమ్మవారిని దర్శించుకోవడానికి వివిధ ప్రాంతాల భక్తులు భారీగా తరలివస్తున్నారు. ఉత్సవాల్లో భాగంగా అర్చక స్వాములు అమ్మవారి ఆలయంలో కుంకుమార్చనలు, నవావరణ, సహస్రనామ అర్చనలు, చండీహోమాలు నిర్వహించడంతో పాటు మహా నివేదన, మహా మంగళహారతులిచ్చారు. స్కందమాత అమ్మవారికి కుమారి పూజ, సువాసిని పూజ విశేషంగా నిర్వహించారు. స్కందమాతను ఆరాధించడంతో షడ్గుణాలు, సత్ప్రవర్తనలు సిద్ధిస్తాయని అర్చకులు వివరించారు. నవరాత్రుల్లో ఐదోరోజు అమ్మవారిని స్కందమాతగా పూజించడంతో ఒడిదుడుకులు తొలగిపోతాయన్నారు.

సాంస్కృతిక ప్రదర్శన

అలంపూర్ క్షేత్రంలో దసరా నవరాత్రి ఉత్సవాలను పురస్కరించుకొని హైదరాబాద్‌కు చెందిన సాయి సన్నిధి కూచిపూడి డాన్స్ అకాడమీ ఆధ్వర్యంలో సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కళాకారుల నృత్య ప్రదర్శన భక్తులను ఆహ్లాదపరిచాయి. ఉత్సవాలు ప్రారంభమైన రోజు నుంచి ప్రతిరోజూ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు కొనసాగుతున్నాయి.

ఆలయాల్లో భక్తుల రద్దీ..

నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో ఐదోరోజు ఓ విశేషమైతే.. అమ్మవారికి శుక్రవారం ప్రత్యేకరోజు కావడంతో భక్తులు వర్షాన్ని సైతం లెక్కచేయక తరలివచ్చారు. ఆలయాల్లో కొనసాగుతున్న కుంకుమార్చనలు, అభిషేకాలు, అర్చనలు, చండీహోమాల్లో పాల్గొన్నారు. అర్చకులు భక్తులకు తీర్థ ప్రసాదాలు అందజేసి ఆశీర్వచనం పలికారు.

దర్శించుకున్న ప్రముఖులు..



చండీహోమంలో సీఎం సోదరుడు తిరుపతిరెడ్డి



అమ్మవారి సన్నిధిలో సినీ నిర్మాత, నటుడు బండ్ల గణేష్

అలంపూర్ ఆలయాలను శుక్రవారం ముఖ్యమంత్రి సోదరుడు సోదరుడు తిరుపతిరెడ్డి, సినీ నిర్మాత, నటుడు బండ్ల గణేష్, జెడ్పీ మాజీ చైర్‌పర్సన్, గద్వాల నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ ఇన్‌చార్జ్ సరిత, డీఎస్పీ మొగులయ్య వేర్వేరుగా కుటుంబ సమేతంగా దర్శించుకున్నారు. ఆలయ అధికారులు, అర్చకులు వారికి స్వాగతం పలికి ఆలయాల్లో ప్రత్యేక పూజలు చేయించారు. అనంతరం అర్చకులు వారిని శేషవస్త్రాలతో సత్కరించి తీర్థ ప్రసాదాలు అందజేసి వేద ఆశీర్వచనం పలికారు. అదేవిధంగా గద్వాల సంస్థానాధీశుల కుటుంబ సభ్యులు అమ్మవారికి నవరాత్రుల్లో అలంకరించేందుకు చీరను అందజేశారు. వీరివెంట ఆలయ ఈఓ దీప్తి, పాలకమండలి సభ్యులు, ఆలయ సిబ్బంది తదితరులు ఉన్నారు.



స్కంధమాత రూపంలోని అమ్మవారికి పూజలు చేస్తున్న అర్చకులు



చిన్నారుల నృత్య ప్రదర్శన

ప్రాజెక్టుల వద్ద జలసవ్వడి

- జూరాలకు 2.41లక్షల క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఫ్లో
- ప్రాజెక్టు 35 క్రస్టుగేట్ల ఎత్తివేత



సంగంబండ రిజర్వాయర్ నుంచి రెండు గేట్ల ద్వారా దిగువకు విడుదలవుతున్న వరద

ధరూరు/దేవరకద్ర/మక్తల్/రాజోళి/ఆత్మకూర్: ఉమ్మడి మహబూబ్‌నగర్ జిల్లావ్యాప్తంగా కురుస్తున్న వర్షాలకు తోడు ఎగువ ప్రాంతాల నుంచి భారీగా వరద వస్తుండటంతో ప్రాజెక్టుల వద్ద జలసవ్వడి నెలకొంది. శుక్రవారం ప్రియదర్శిని జూరాల ప్రాజెక్టుకు 2.41లక్షల క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఫ్లో నమోదైంది. ప్రాజెక్టు అధికారులు 35 క్రస్టుగేట్లను ఎత్తి 2,40,450 క్యూసెక్కుల వరదను దిగువకు విడుదల చేస్తున్నారు. విద్యుదుత్పత్తి నిమిత్తం 26,817 క్యూసెక్కులు, ఆవిరి రూపంలో 69 క్యూసెక్కులతో కలిపి మొత్తం 2,67,336 క్యూసెక్కుల నీటిని శ్రీశైలం ప్రాజెక్టుకు విడుదల చేస్తున్నారు. ప్రాజెక్టు పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం 9.657 టీఎంసీలు కాగా.. ప్రస్తుతం 8.241 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉన్నట్లు పీజేపీ అధికారులు తెలిపారు.

738.558 ఎం.యూ. విద్యుదుత్పత్తి

ప్రియదర్శిని జూరాల జలవిద్యుత్ ఉత్పత్తి కేంద్రాల్లోని ఆరు యూనిట్లలో విద్యుదుత్పత్తి కొనసాగింది. ఎగువ కేంద్రంలోని 6 యూనిట్ల ద్వారా 234 మెగావాట్లు, 367.696 ఎం.యూ. విద్యుదుత్పత్తి చేసినట్లు ఎస్‌ఈ శ్రీధర్ తెలిపారు. ఇప్పటివరకు మొత్తం 738.558 ఎం.యూ. విద్యుదుత్పత్తిని విజయవంతంగా చేపట్టామన్నారు.

కోయిల్‌సాగర్‌లో 7 గేట్లు ఎత్తివేత..

కోయిల్‌సాగర్ ప్రాజెక్టుకు ఎగువ నుంచి వరద ఉధృతి పెరగడంతో 7 గేట్లను ఎత్తి 15వేల క్యూసెక్కుల నీటిని వాగులోకి వదిలారు. మిగతా 8 గేట్లపై నుంచి కూడా నీరు జాలువారింది. ఎడతెరిపి లేకుండా భారీ వర్షాలు కురుస్తుండటంతో పరిగి, కొడంగల్, కోస్గి ప్రాంతాల నుంచి పెద్దవాగు ఉధృతంగా ప్రవహిస్తూ కోయిల్‌సాగర్‌కు చేరుతోంది. ఎగువ నుంచి వచ్చే ఇన్‌ఫ్లోకు సమానంగా ప్రాజెక్టు నుంచి నీటిని దిగువకు విడుదల చేస్తున్నట్లు ఈఈ ప్రతాప్ సింగ్ తెలిపారు. కాగా, కోయిల్‌సాగర్ నుంచి బండర్‌పల్లి వరకు వాగు ఉధృతంగా ప్రవహిస్తోంది.

- సుంకేసుల డ్యాం నుంచి నాలుగు గేట్ల ద్వారా నీటిని దిగువకు విడుదల చేస్తున్నట్లు జేఈ మహేంద్ర తెలిపారు. ఎగువ నుంచి 21,350 క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఫ్లో రాగా.. నాలుగు గేట్లను ఒక మీటర్ మేర తెరిచి 17,916 క్యూసెక్కులను దిగువకు వదులుతున్నట్లు పేర్కొన్నారు. కేసీ కెనాల్‌కు 2,012 క్యూసెక్కులు వదిలినట్లు తెలిపారు.

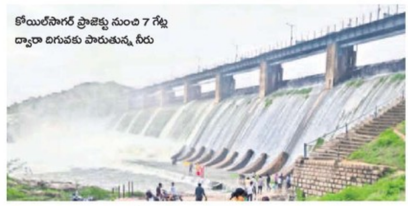


జూరాల నుంచి 35 క్రస్టుగేట్ల ద్వారా దిగువకు విడుదలవుతున్న వరద

చిన్నచింతకుంట మండలం కురుమూర్తి దేవస్థానం వరకు వాగుపై ఉన్న చెక్‌డ్యాంలన్నీ పొంగి పొర్లుతున్నాయి.

సంగంబండలో 2 గేట్ల ద్వారా..

మక్తల్ మండలం సంగంబండలోని చిట్టెం రాంరెడ్డి బ్యాలెన్సింగ్ రిజర్వాయర్‌కు ఎగువ నుంచి భారీగా వరద వస్తుండటంతో రెండు గేట్లను ఎత్తి నీటిని దిగువకు విడుదల చేశారు. కర్ణాటక రాష్ట్రం ఇడ్లూర్ పెద్దవాగు నుంచి నీటి ప్రవాహం అధికంగా వస్తుందని.. అందుకు అనుగుణంగా రిజర్వాయర్ గేట్లను ఎత్తి వరదను దిగువకు విడుదల చేస్తున్నట్లు డీఈ సురేశ్ తెలిపారు.



కోయిల్‌సాగర్ ప్రాజెక్టు నుంచి 7 గేట్ల ద్వారా దిగువకు పారుతున్న నీరు

సహజ వనరులను భవిష్యత్ తరాలకు అందించాలి

పీయూ వీసీ శ్రీనివాస్



సెమినార్‌లో వీసీని సన్మానిస్తున్న మధుసూదన్‌రెడ్డి తదితరులు

మహబూబ్‌నగర్ ఎడ్యుకేషన్: సహజ వనరులను తరువాతి తరాలకు అందించాలని పీయూ వీసీ శ్రీనివాస్ పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు పీయూలో బోటనీ, ఎన్విరాన్‌మెంటల్ డిపార్ట్‌మెంట్ ఆధ్వర్యంలో 'సస్టేనబుల్ డవలప్‌మెంట్ గోల్స్' అంశంపై ఏర్పాటు చేసిన సెమినార్‌లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రసంగించారు. అభివృద్ధి జరగాలంటే సహజ వనరుల వినియోగం పూర్తిస్థాయిలో జరగాలని, వాటి ద్వారా ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు లభిస్తాయన్నారు. వాటితోపాటు పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు సుస్థిరమైన అభివృద్ధి జరగాలని పేర్కొన్నారు. పర్యావరణ పరిరక్షణకు ప్రతిఒక్కరూ కనీసం 10 మొక్కలను నాటాలని, వాటిని కాపాడే బాధ్యతను కూడా తీసుకోవాలన్నారు. కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ రమేశ్‌బాబు, ఓయూ ప్రొఫెసర్ పురుషోత్తంరెడ్డి, పీజీ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ మధుసూదన్‌రెడ్డి, అర్జున్‌కుమార్, గాలెన్న, బృందాదేవి, రాణెమ్మ, వేణు, శ్రీనివాసులు పాల్గొన్నారు.

పాలమూరులో ఎరువుల కొరత నివారించాలి



స్టేషన్ మహబూబ్‌నగర్: ఉమ్మడి పాలమూరులో యూరియా కొరత నివారించాలని టీపీసీసీ అధికార ప్రతినిధి, పాలమూరు పునర్నిర్మాణ అధ్యక్షుడు హర్షవర్ధన్‌రెడ్డి శుక్రవారం రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వర్‌రావుకు వినతిపత్రం అందజేశారు. యూరియా కొరతతో రైతులు అల్లాడిపోతున్నారన్నారు. గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా ఈసారి మే, జూన్ నెలల్లో విరివిగా భారీ వర్షాలు కురవడం వల్ల దాదాపు ఉమ్మడి జిల్లావ్యాప్తంగా 2.5 లక్షల ఎకరాల్లో వరి, మొక్కజొన్న పంటలు ఎక్కువ మోతాదులో వేశారని పేర్కొన్నారు. విస్తీర్ణంలో పెద్దదైన ఉమ్మడి మహబూబ్‌నగర్ కంటే ఇతర జిల్లాలు వరంగల్, కరీంనగర్, నిజామాబాద్, మెదక్, నల్లగొండ జిల్లాలకు ఎక్కువ టన్నుల యూరియా వెళ్లిందన్నారు. ఉమ్మడి జిల్లా రైతుల కష్టాలను గుర్తించి వెంటనే ప్రత్యేకంగా యూరియా కేటాయించి అందించాలని వినతిలో కోరారు.

జలపాతం.. కనువిందు



నల్లమలలో రెండు రోజులుగా భారీ వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. శ్రీశైల ఉత్తర ముఖద్వారమైన ఉమామహేశ్వర క్షేత్రంలో వర్షానికి పాపనాశిని గుండం కొండపై నుంచి జాలువారుతున్న జలపాతం కనువిందు చేస్తోంది. అక్కడ ప్రకృతి రమణీయత సంతరించుకోవడంతో శుక్రవారం పర్యాటకులు అధిక సంఖ్యలో చేరుకొని సందడి చేశారు. యువత కేరింతలు కొడుతూ జలపాతం చిత్రాలను తమ సెల్‌ఫోన్‌లో బంధించారు. కాగా, కొండచరియలు విరిగిపడే అవకాశం ఉండటంతో పర్యాటకులు జాగ్రత్తగా ఉండాలని ఆలయ సిబ్బంది సూచించారు.

– అచ్చంపేట రూరల్

బాలుడి శ్వాసనాళంలో సీతాఫలం గింజ

చికిత్స చేసి తొలగించిన వైద్యులు



సర్జరీ చేసిన వైద్య బృందం

పాలమూరు: సీతాఫలం గింజ శ్వాసనాళంలో ఇరుక్కుపోయిన బాలుడి ప్రాణాలు కాపాడింది ఎస్‌వీఎస్ వైద్య బృందం. పూర్తి వివరాలు.. తిమ్మాజిపేట మండలం ఆవంచకు చెందిన రవీందర్‌రెడ్డి, నిర్మల మూడేళ్ల కుమారుడు హర్షవర్ధన్ శుక్రవారం సీతాఫలం తింటున్న క్రమంలో ప్రమాదవశాత్తు గింజ గొంతులోకి జారిపోవడంతో శ్వాస తీసుకోవడానికి అవస్థలు పడ్డారు. వెంటనే కుటుంబ సభ్యులు ఎస్‌వీఎస్ ఆస్పత్రికి తరలించడంతో చిన్న పిల్లల విభాగం హెచ్‌ఓడీ డాక్టర్ శైలజ, ప్రొఫెసర్ సోరేన్ సిటీస్కాన్ చేసి శ్వాసనాళంలో సీతాఫలం గింజ ఇరుక్కుపోయి ఊపిరితిత్తులు మూసుకుపోయినట్లు గుర్తించారు. ఈ క్రమంలో ఊపిరితిత్తుల వైద్య నిపుణుడు తుమ్మూరు వెంకటేశ్వరరెడ్డి అత్యాధునిక పద్ధతి రిజిడ్ బ్రాంకోస్కోపీ ద్వారా శ్వాసనాళం నుంచి సీతాఫలం గింజ వెలికి తీశారు. క్లిష్టమైన చికిత్సను విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన వైద్య బృందానికి బాలుడి కుటుంబ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. చికిత్సలో వైద్య నిపుణులు శరత్‌చంద్ర, రాజశేఖర్, సుమ్మయ్య, ఐశ్వర్య, నమ్రత, స్వాతి, కమల్, వీణామేరి, సౌమ్య, చైతన్య పాల్గొన్నారు.

అంతర్‌రాష్ట్ర దొంగల అరెస్టు

ఐదు ద్విచక్రవాహనాలు స్వాధీనం



బైకుల దొంగలను చూపిస్తున్న డీఎస్పీ లింగయ్య

మక్తల్: అంతర్ రాష్ట్ర దొంగలను అరెస్టు చేసి రిమాండ్‌కు తరలించినట్లు నారాయణపట డీఎస్పీ లింగయ్య తెలిపారు. శుక్రవారం మక్తల్‌లో పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకర్ల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. మక్తల్‌కు చెందిన రహ్మాన్ ఇటీవల పట్టణంలో ఇంటి ఎదుట పార్కు చేసిన బైక్‌ను గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు అపహరించారని పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయడంతో కేసు నమోదు చేశారన్నారు. పోలీసులకు ప్రత్యే టీంను ఏర్పాటు చేసి పూర్తి స్థాయిల్లో దర్యాప్తు జరపగా.. కర్ణాటకకు చెందిన దుర్గప్ప, యల్లప్ప ముఠాగా ఏర్పడి ఉమ్మడి మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా పరిధిలోని పలు ప్రాంతాల్లో దొంగతనాలు చేస్తున్నారు. బైకులను చోరీ చేసి రాయిచూర్‌లో బైక్ మెకానిక్‌గా ఉన్న శంషోద్దీన్‌కు అప్పగించగా ఆయన వీటిని అమ్మేవాడు. దర్యాప్తులో ఈ విషయాలు వెల్లడికావడంతో శుక్రవారం నిందితులను అరెస్టు చేసి రిమాండ్‌కు తరలించడంతో పాటు ఐదు బైకులను స్వాధీనం చేసుకున్నామని పేర్కొన్నారు. దొంగలను పట్టుకోవడంలో చాకచక్యంగా వ్యవహరించిన సిబ్బంది అశోక్, నరేష్, శ్రీకాంత్‌ను డీఎస్పీ అభినందించారు. కార్యక్రమంలో సీఐ రాంలాల్, ఎస్‌ఐ భాగ్యలక్ష్మీరెడ్డి, ఏఎస్‌ఐ శంకరయ్య, ఆచారి, అరుణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గిరిపుత్రులకు ఆరోగ్య రక్ష



మన్ననూర్ పీహెచ్‌సీ ఆధ్వర్యంలో కొమ్మెన్‌పెంటలో నిర్వహించిన వైద్యశిబిరం

- పీఎం జన్‌మన్, స్వస్థ్‌నారీ పరివార్‌తో వైద్యసేవలు
- నెలలో రెండుమూడుసార్లు శిబిరాల నిర్వహణ
- చెంచుల ఆరోగ్యాలకు భరోసా కల్పిస్తున్న వైనం

మన్ననూర్: నల్లమల అటవీ లోతట్టు ప్రాంతంలోని అడవి బిడ్డల కోసం తరచుగా ఏర్పాటు చేస్తున్న వైద్య శిబిరాలు ఆరోగ్య రక్షగా నిలుస్తున్నాయి. అటవీ సరిహద్దు ప్రాంతాల్లో అనుకూలించని వాతావరణంతో ఇబ్బందులు పడుతున్న ఆదివాసి చెంచులు తరచుగా అనేక వ్యాధులబారిన పడుతుంటారు. ఈ క్రమంలో కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సంయుక్తంగా ప్రవేశపెట్టిన పీఎం జన్‌మన్, స్వస్థ్‌నారీ పరివార్ అభియాన్‌తోపాటు అమ్రాబాద్ మండలంలోని మన్ననూర్, పదర, వటవర్లపల్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు, ఆయూష్, సంచార వైద్య శిబ్బంది ఆధ్వర్యంలో అప్పాపూర్, భౌరాపూర్, మల్లాపూర్, కొమ్మెన్‌పెంట తదితర 11లోతట్టు ప్రాంత చెంచు పెంటలు ఉన్నాయి. ఆయా చెంచు పెంటల్లో నెలలో రెండు మూడుసార్లు వైద్య శిబిరాలు నిర్వహిస్తూ చెంచుల ఆరోగ్యాలకు భరోసా కల్పిస్తున్నారు. కొన్ని అత్యవసర పరిస్థితుల్లో 108, 102, ఆర్‌వీఎం వంటి అంబులెన్స్‌లు కూడా అందుబాటులో ఉంటూ సేవలందిస్తున్నాయి.

అందుబాటులో ఉంచాలి



చెంచు పెంటల్లోని చెంచులకు ప్రతినిత్యం ఆరోగ్య సేవలు అందుబాటులో ఉండే విధంగా అప్పాపూర్‌లో ఆరోగ్య కేంద్రం ఏర్పాటు చేయాలి. వైద్య శిబిరాలు ఏర్పాటు చేసినప్పుడే రోగాలు రావాలని లేదు. ఉపాధి కోసం తరచుగా అడవిలోకి వెళ్లినప్పుడు అనారోగ్యం భారిన పడే ప్రమాదం ఉన్నందున్న అప్పాపూర్‌లో కేంద్రం ఏర్పాటు చేస్తే అందరికీ మంచిగా ఉంటుంది.

– నడిపి లింగయ్య, భౌరాపూర్ పెంట

అందుబాటులోనే ఉంటున్నాం

కొంతకాలంగా పీహెచ్‌సీలో 24 గంటలు రోగులకు అందుబాటులో ఉంటూ వైద్య సేవలు అందిస్తున్నాం. అదేవిధంగా పరిస్థితులను బట్టి, ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల ప్రకారం తరచుగా చెంచుపెంటల్లో వైద్య శిబిరాలు ఏర్పాటు చేస్తూ వైద్యం అందుబాటులో ఉంచుతున్నాం. పరిస్థితులను బట్టి మరిన్ని సేవలు అందించేందుకు కృషిచేస్తాం.

– సుధాకర్, వైద్యాధికారి, మన్ననూర్ పీహెచ్‌సీ

వ్యాధుల నివారణకు ముందస్తు చర్యలు

ఆయా చెంచు పెంటలు, గూడాలలోని ప్రజలకు సీజన్‌కు సంబంధించిన ఎలాంటి అంటువ్యాధులు ప్రభలకుండా ఎప్పటికప్పుడు ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నాం. ముఖ్యంగా ప్రస్తుతం ఉన్న వాతావరణ పరిస్థితుల్లో ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టి వ్యాధుల నివారణకు చర్యలు తీసుకుంటున్నాం. అదేక్రమంలో మన్ననూర్, అమ్రాబాద్, పదర, వటువర్లపల్లి ఆరోగ్య కేంద్రాల్లో సిబ్బందిని అందుబాటులో ఉంచే విధంగా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం.

– రవికుమార్, డీఎండీహెచ్‌ఓ, నాగర్‌కర్నూల్

ఫుట్‌బాల్ పోటీలకు వర్షం అడ్డంకి

మహబూబ్‌నగర్ క్రీడలు: జిల్లా కేంద్రంలో రాష్ట్రస్థాయి సీనియర్ పురుషుల ఫుట్‌బాల్ టోర్నమెంట్‌కు శుక్రవారం వర్షం అడ్డంకిగా మారింది. ఉదయం నుంచి ఎడతెరిపి లేకుండా వర్షం పడడంతో మ్యాచ్‌లు నిర్వహించడానికి వీలులేకుండా పోయింది. పోటీలు జరిగే మెయిన్ స్టేడియం అంతా వర్షపు నీళ్లతో నిండి ఉండడంతో మ్యాచ్‌లు జరగలేదు. టోర్నీ మొదటి రోజు ఆరు మ్యాచ్‌లు నిర్వహించారు. నేడు(శనివారం) మ్యాచ్‌లు జరిగే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.

అథ్లెటిక్స్‌లో మెరిసిన గిరిజన తేజం

జాతీయ స్థాయిలో కాంస్య, రజత పతకాలు



పతకాలు అందుకుంటున్న స్వప్న

తిమ్మాజిపేట: మండలంలోని పుల్లగిరి గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలోని కొడావత్‌తండాకు చెందిన స్వప్న జాతీయ స్థాయి అథ్లెటిక్స్ పోటీల్లో కాంస్య, రజత పతకాలు సాధించి అందరి మన్ననలు అందుకుంటుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని గుంటూరులో ఈ నెల 24, 25 తేదీల్లో రెండు రోజుల పాటు 36వ సౌత్ జోన్ జూనియర్ అథ్లెటిక్స్ జాతీయ స్థాయి పోటీలు నిర్వహించారు. మొదటి రోజు జరిగిన 1,500 మీటర్ల పరుగు పందెంలో స్వప్న కాంస్య పతకం సాధించగా.. రెండో రోజు జరిగిన 3 వేల మీటర్ల ట్రిపుల్ చేజింగ్‌లో రజత పతకం సాధించింది. స్వప్న మారుమూల గిరిజన తండాలో జన్మించి జాతీయ స్థాయిలో ప్రతిభ చాటడంపై కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షుడు వెంకట్రామ్‌రెడ్డి, ఎస్టీ సెల్ మండల అధ్యక్షుడు రాఘవేందర్ హర్షం చేశారు. స్వప్న విషయం ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ రాజేష్‌రెడ్డి సహకారంతో సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి దృష్టికి తీసుకువెళ్లి క్రీడాశిక్షణ ఇప్పించేలా కృషి చేస్తామన్నారు.



● కేరెంటింగ్

మాటే... బాట

జీవితంలో ఎదురయ్యే అనేక సంఘటనల గురించి తల్లిదండ్రులు తరచూ పిల్లలతో మాట్లాడుతూ ఉండాలి. మన మాటలతోనే వారి బంగారు భవిష్యత్తుకు బాటలు వేయాలి. ఆ మాటలు ఎలా ఉండాలంటే...

ఒక వ్యక్తి ప్రవర్తన వారు చూసిన, దగ్గరగా మసలిన వ్యక్తులు, వారి చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా బాల్యంలో పరిసరాలు, మనుషుల ప్రభావం అధికంగా ఉంటుంది. అందుకే పిల్లలు తరచూ అనేక ఆలోచనలు, సందేహాలతో సతమతమవుతుంటారు. ఇవి ఒకదాన్ని ఒకటి డామినేట్ చేస్తుంటాయి. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఉన్న పిల్లలను తల్లిదండ్రులు జాగ్రత్తగా గమనిస్తుండాలి.

అంతర్గత సౌందర్యమే అసలైన అందం

పిల్లలు టీనేజ్ లేదా యుక్తవయసుకు వచ్చినపుడు వారిలో ఆత్మవిశ్వాసం పాళ్లు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అన్ని విషయాల్లో ఇతరులతో పోల్చుకుని వారి కన్నా తాము తక్కువని ఫీలవుతుంటారు. శరీరం రంగు విషయంలో ఇది మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీన్ని ఆ వయసులో వారికి అర్థమయ్యేలా వివరించడం కొంత కష్టం అయినప్పటికీ అందం తాత్కాలికమని, అసలు అందం అంటే తెలుపు, నలుపు రంగులకు సంబంధించిన విషయం కాదని చెప్పాలి. అలాగే ఎత్తు, బరువు, ఆకృతి అందచందాలకు గుణగుణాలకు కొలమానం కాదని, అంతర్గత సౌందర్యం మాత్రమే అసలైన అందమని వారికి విడమరచి చెప్పాలి. మన ప్రతిభను ప్రపంచానికి చూపేందుకు అనేక మార్గాలున్నాయని వారికి తెలియజెప్పాలి.

మీ కలలకు మేం రంగులద్దుతాం!

కలలు కనడం ఏమీ చెడ్డ విషయం కాదు. అయితే అవి ఆచరణసాధ్యం కానివి...పరిమితికి మించినవి కావడం మాత్రం కష్టంగా అనిపించే విషయం. పిల్లలు తాము ఎలా ఉండాలి? ఎవరిలా ఉండాలి... అనే విషయం గురించి తరచూ ఆలోచిస్తుంటారు. కొందరు పిల్లలు తమ తల్లిదండ్రుల్లా ఉండాలని కోరుకుంటారు. మరికొందరు అంతకంటే మిన్నగా బతకాలని, ఉద్యోగ, వ్యాపార రీత్యా ఇంకా ఉన్నతస్థాయిలో ఉండాలని కోరుకుంటారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలు ఇలాగే ఉండాలని శాసించకూడదు. వారి ఆలోచనలను తెలుసుకుని, కలలను సాకారం చేసుకోవడంలో తోడ్పడాలి. తమను తాము తీర్చిదిద్దుకునేందుకు అవసరమైన సలహాలు మాత్రమే ఇవ్వాలి. ఒకవేళ వారికి ఈ విషయంలో స్పష్టత లేకపోతే నిర్ణయాలు తీసుకోవడంలో సహకరించాలి.

ఎలాంటి స్నేహాన్ని ఎంచుకోవాలంటే..?

మిత్రలాభం, సావాస దోషం ఈ రెండూ స్నేహం వల్ల కలిగే లాభ నష్టాలను సూచించే పదాలు. ఎందుకంటే స్నేహం పిల్లలను అమితంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఒకేవ్యక్తితో సావాసం చేయడం అన్నివేళలా అంత మంచిది కాదు. పెరుగుతున్న కొద్దీ స్నేహాలు కొంత క్లిష్టంగా మారుతుంటాయి. అందుకే తోటివారినెవరినీ విడదీసి చూసి ఎంపిక చేసుకునే బదులు అందరితో కలివిడిగా ఉండటం నేర్పాలి.. మంచి స్నేహితులు ఎప్పుడూ మిమ్మల్ని తక్కువగా చూడరు. అగౌరవపరచరు. మీ స్నేహాన్ని ఆస్వాదిస్తారు.. విశ్వాసపాత్రులుగా ఉంటారని వారికి వివరించి చెప్పాలి.

పోల్చిచూడవద్దు

కోరికలు, అవసరాలకు అంతనేది ఉండదు. మన దగ్గర ఉన్నదాంట్లో తృప్తి పడటం నేర్చుకోవాలి. అందుకు సదా కృతజ్ఞులమై ఉండాలి. అంతే తప్ప తోటివారితో పోల్చుకుని వారి వద్ద ఉన్నవి, అనుభవిస్తున్నవి మన దగ్గర లేవని బాధపడకూడదని చెబుతుండాలి.

ప్రవర్తనా లోపాలు ఉండరాదు

కొంతమంది పిల్లలు తోటి విద్యార్థులను బెదిరిస్తుంటారు. తల్లిదండ్రులను చిన్నచూపు చూస్తూ అవమానిస్తుంటారు. ఈ ప్రవర్తనను మొగ్గలోనే తుంచి వేయాలి. లేకపోతే మనం అమ్మానాన్నలుగా విఫలం అయినట్లే లెక్క. ఇతరులను బెదిరించడం, ఎగతాళి చేయడం తప్పని, పైగా అది ఇతరులకే కాదు, వారికి కూడా ఎంతో హాని కలిగించే విషయం కూడానని చెప్పాలి. అందుకే ఇంటిని, బడిని పిల్లలకు సురక్షితమైన ప్రదేశాలుగా ఉంచటం అత్యవసరం.

ప్రతి ఒక్కరినీ గౌరవించాలి

దేవుడు మానవుల ఆత్మల్లో కొలువై ఉంటాడని, ఒకరికొకరు సాయం చేసుకోవడం, ఇతరులను గౌరవించడం నిజమైన దైవారాధన అని రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ తరచూ బోధించేవారు. ఇలాంటి మహనీయుల ఆదర్శ వాక్యాలను పిల్లల మనసులో నాటుకునేలా తల్లిదండ్రులు పదే పదే చెబుతుండాలి.స్థాయీ భేదాలు, లైంగిక తారతమ్యాలు లేకుండా ప్రతి ఒక్కరినీ సమానంగా గౌరవించాలని చెప్పాలి. ఎవరూ తక్కువ కాదని, స్త్రీలు లైంగిక వస్తువులు కాదు... పురుషులంటే వారిని హింసించే వేటగాళ్లు కాదు... ఎవరూ ఎవరికీ సేవకులు లేదా బానిసలు కాదని చెప్పాలి.

సంతోషమే ఏకైక మార్గం

మనస్సును ఎల్లప్పుడూ సంతోషంగా ఉంచుకోవాలి. ఎవరైనా సంతోషంగా ఉండాలంటే మీ ముందున్న ఏకైక మార్గం మీ తోటివారిని సంతోషంగా ఉంచడమేనని తెలియజెప్పాలి.

అభిరుచులూ ముఖ్యమే!

చదువుకు అడ్డం అంటూ పిల్లలను క్రీడలు, లలిత కళలు లేదా ఇతర అభిరుచులకు దూరం చేయకూడదు. ఇవేమీ లేకుండా కేవలం చదువు ఒక్కటే లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలి, మరే అభిరుచులూ ఉండకూడదంటే అది వారిని తీవ్ర నిరుత్సాహానికి గురిచేస్తుందని గుర్తుంచుకోండి

మంచితనమే మిన్న

ఏమి జరుగుతుందో అది జరుగుతుంది. మనం ఏం చేస్తే అదే మనకు తిరిగొస్తుంది. అది మంచయినా... చెడయినా... అందుకే ఎప్పుడూ తోటి వారితో సామరస్యంతో, మంచితనంతో ఉండాలని పిల్లలకు నేర్పించాలి.

లైఫ్@360

● అయ్యంగార్ యోగ

మల్లిక ఫిట్‌నెస్ మంత్ర



48 సంవత్సరాల వయస్సులో కూడా చక్కటి సౌష్టవంతో యువ నటీమణులతో పోటీపడుతున్న బాలీవుడ్ నటి మల్లికా షెరావత్. ఆమె తనను ఫిట్‌గా ఉంచే అయ్యంగార్ యోగా సాధన గురించి ఇటీవల ఇన్‌స్టాలో పోస్ట్ చేసింది.

వేగంగా బరువు తగ్గాలని, తొందరగా ఫిట్‌నెస్ పెంచుకోవాలని ఇంచుమించు అందరూ అనుకుంటారు. అయితే అలాంటి క్విక్-ఫిక్స్ డైట్‌లు, ట్రెండింగ్ వర్కౌట్‌లు, సోషల్ మీడియా ట్రిక్స్ మూలంగా వచ్చిన ఫిట్‌నెస్ అంతే తొందరగా కరిగిపోతుందని తెలుసుకోలేక చాలామంది స్థిరమైన ఫిట్‌నెస్ మార్గాన్ని గాలికి వదిలేస్తుంటారు.

నా ఫిట్‌నెస్ ఫిలాసఫీ

''నా ఆరోగ్యానికి, ఫిట్‌నెస్‌కు యోగా చేయడమే కారణం. అంతేగానీ ఫ్యాషన్ డైట్‌లు లేదా క్రాష్ ప్రోగ్రామ్‌లు కాదు' అని మల్లిక ఇన్‌స్టా సాక్షిగా తేల్చి చెప్పింది. ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్న తపన.. క్రమశిక్షణ, స్థిరత్వం తన అతి పెద్ద సాధనాలని నొక్కి చెప్పింది. ట్రెండీ ఫిట్‌నెస్ హ్యాక్‌లను ఆమోదించే చాలా మంది సెలబ్రిటీల మాదిరిగా కాకుండా, మల్లికా దీర్ఘకాలిక అలవాట్లను పెంపొందించుకోవడం వైపే మొగ్గు చూపుతుంది. అందుకే అయ్యంగార్ యోగాను తన దినచర్యలో భాగంగా మార్చుకుంది.

ఫిట్‌నెస్‌ను తాను తాత్కాలికంగా తీసుకోలేదని, దానిని తన జీవనశైలిలో భాగంగా చేసుకున్నానని చెబుతూనే, అయ్యంగార్ యోగా వల్ల తన శరీరాన్ని షేప్ కోల్పోకుండా ఉంచుకోవడమే కాకుండా, తన బిజీ జీవితంలో సమతుల్యతను కాపాడుకోవడానికి, ముఖ్య విషయాల మీద దృష్టి పెట్టడానికి సహాయపడిందని ఆమె ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేసుకుంది.

ఏమిటీ అయ్యంగార్ యోగా?

అయ్యంగార్ యోగకూ పతంజలి ఋషి యోగ సూత్రాలకూ అవినాభావ సంబంధం ఉంది. అష్టాంగ యోగా ఎనిమిది అంశాలను ఆచరణాత్మక వ్యవస్థలో మిళితం చేస్తుంది. అధికారిక అయ్యంగార్ యోగా వెబ్‌సైట్ ప్రకారం, దాని క్రమం, ఆధారాల ఉపయోగం, భద్రతపై ప్రాధాన్యత దీనిని ప్రపంచవ్యాప్తంగా అత్యంత విస్తృతంగా అభ్యసించే యోగా రూపాలలో ఒకటిగా మార్చాయి.

అయ్యంగార్ యోగాలో కీలకమైన అంశం ఏమిటంటే పట్టీలు, బోల్‌స్టర్లు, బ్లాక్స్, తాళ్లు వంటి ఆధారాలను ఉపయోగించడం. ఈ సాధనాలు ప్రారంభకులకు అధునాతన అభ్యాసకులకు సరైన భంగిమను సాధించడంలో సహాయపడతాయి. అదే సమయంలో గాయం ప్రమాదాలను తగ్గిస్తాయి. ఇది అభ్యాసాన్ని అత్యంత సమగ్రంగా చేస్తుంది. అన్ని వయసుల వారికి, ఫిట్‌నెస్ స్థాయిలకు అనుకూలంగా ఉంటుంది.

మెదడుకు చురుకైన ఆహారం



రోజువారీ ఆహారంలో కూరగాయలు, లీన్ ప్రోటీన్లు, మంచి కొవ్వు, మరిన్ని... దశాబ్దాలుగా, మెడిటేరియన్ డైట్ తీసుకోవడం వల్ల మెదడు వృద్ధాప్యాన్ని వాయిదా వేయవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

గ్రీన్ టీ: ఇది మీ న్యూరాన్లకు శక్తినిస్తుంది: గ్రీన్ టీలో కాటెచిన్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి వాపులను, ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి కావలసిన శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇవి న్యూరోడీజనరేషన్‌కు కీలకంగా పనిచేస్తాయి.

మెదడు పనితీరును పెంచే మొక్క మన్కై

దీనిని 'డక్ వీడ్' అని కూడా పిలుస్తారు, మన్కై అనేది పాలీఫెనాల్స్, బీ12, మొక్కల ఆధారిత ప్రోటీన్లతో నిండిన ఒక చిన్న వాటర్ ప్లాంట్. ఇది మెదడు వృద్ధాప్యంతో ముడిపడి ఉన్న కీలక ప్రోటీన్‌లను నియంత్రించడంలో సహాయ పడుతుంది.

చెడును తొలగిస్తుంది, మంచిని జోడిస్తుంది

గ్రీన్-మెడ్ ప్రణాళిక ఆరోగ్యకరమైన పదార్థాలపై మాత్రమే కాదు, ఇది రెడ్ మీట్, శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్‌లను కూడా తగ్గిస్తుంది, రెండూ వృద్ధాప్యంతో ముడిపడి ఉన్నాయి.

మెడిటరేనియన్ డైట్ అంటే...

పుష్కలంగా పండ్లు, కూరగాయలు, బ్రెడ్, ఇతర ధాన్యాలు, బంగాళదుంపలు, బీన్స్, గింజలు, ఆలివ్ నూనెనే ఎక్కువగా వాడతారు. పాల ఉత్పత్తులు, గుడ్లు, చేపలు వంటివి మెడిటరేనియన్ డైట్ లో మితంగా తీసుకుంటారు. ఈ ఆహారంలో రెడ్ మీట్ కంటే చేపలు, పౌల్ట్రీ ఉత్పత్తులు ఎక్కువగా ఉంటాయి. మొక్కల ఆధారిత ఆహారాలనే ఎక్కువగా తింటారు.



వ్యాపించకుండానే వాష్ చేసేద్దాం

అంటువ్యాధులతోపాటు రకరకాల సీజనల్ వ్యాధుల వ్యాప్తిని, ఇన్ఫెక్షన్లను నివారించడానికి అతి తేలికైన, అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి 'హ్యాండ్‌వాష్'. అవును, నిజమే. చేతుల పరిశుభ్రత వల్ల జీర్ణకోశ వ్యాధులు. శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు గణనీయంగా తగ్గుతాయని శాస్త్రీయ అధ్యయనాలు చూపిస్తున్నాయి. సబ్బుతో చేతులు కడుక్కోవడం, ముఖ్యంగా టాయిలెట్ ఉపయోగించిన తర్వాత, తినడానికి ముందు, చర్మంపై ఉన్న చాలా సూక్ష్మజీవులను సమర్థంగా తొలగించగలదు. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో, వర్షంలో తడిసినప్పుడు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం వల్ల వ్యాధుల వ్యాప్తి గణనీయంగా తగ్గుతున్నట్లు అధ్యయనంలో రుజువైంది.

సాక్షి సినిమా

మా ప్రపంచం వేరు



● ఆయుష్మాన్, రష్మిక

ఆయుష్మాన్ ఖురానా, రష్మికా మందన్నా ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన హారర్ మిస్టరీ రొమాంటిక్ కామెడీ చిత్రం 'థామా'. మడాక్ హారర్ కామెడీ యూనివర్స్‌లో భాగంగా రూపొందిన ఈ చిత్రానికి 'ముంజ్య' ఫేమ్ ఆదిత్య సర్పోత్దార్ దర్శకత్వం వహించారు. దినేష్ విజన్, అమర్ కౌశిక్ నిర్మించారు. ఈ చిత్రంలో అలోక్ పాత్రలో ఆయుష్మాన్ ఖురానా, తడ్కా పాత్రలో రష్మికా మందన్నా నటించారు. ఈ సినిమా ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ శుక్రవారం ముంబైలో జరిగింది. శ్రద్ధా కపూర్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ట్రైలర్‌ని లాంచ్ చేశారు. ''ఏ... నాటకాలు ఆపు... నీకేం కాలేదు, నా కొడుకు సైతాన్... సైతాన్, నేను నీతో ఉండలేను... మా ప్రపంచం వేరు'' అని అర్థం వచ్చే డైలాగ్స్ ఈ హిందీ ట్రైలర్‌లో ఉన్నాయి. దీపావళి పండగ సందర్భంగా 'థామా' సినిమాను అక్టోబరు 21న రిలీజ్ చేయనున్నట్లుగా అధికారికంగా వెల్లడించారు.

వినోదాల విందు



● నవీన్ పొలిశెట్టి, మీనాక్షి చౌదరి

నవీన్ పొలిశెట్టి, మీనాక్షి చౌదరి హీరో హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైనర్ సినిమా 'అనగనగా ఒక రాజు'. మారి దర్శకత్వంలో శ్రీకర స్టూడియోస్ సమర్పణలో సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయి సౌజన్య ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా వచ్చే సంక్రాంతి సందర్భంగా జనవరి 14న విడుదల కానుంది. శుక్రవారం ఈ సినిమా కొత్త ప్రోమో వీడియోను టీజర్‌లా రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. ఓ ఆభరణాల ప్రకటనకు స్పూఫ్‌గా ఈ ప్రోమోను చేశారు. ''తనదైన కామెడీ టైమింగ్‌తో 'అనగనగా ఒక రాజు' సినిమాలో ప్రేక్షకులను అలరించనున్నారు నవీన్ పొలిశెట్టి. ఈ సంక్రాంతికి ప్రేక్షకులకు వినోదాల విందుని హామీ ఇస్తున్నాం'' అని చిత్రయూనిట్ పేర్కొంది.

చార్మినార్‌లో సందడి



● లక్ష్య, అనన్యా పాండే

స్టార్ట్ కెమెరా... టేక్ అన్నారు డైరెక్టర్ వివేక్ సోని. అంతే... హీరో లక్ష్య బైక్ స్టార్ట్ చేశారు... వెనకాల హీరోయిన్ అనన్యా పాండే కూర్చుకున్నారు. రయ్‌మంటూ బైక్ ముందుకు సాగింది. సీన్ పూర్తయింది. షాట్ ఓకే అన్నారు వివేక్. ఈ షూటింగ్ జరిగింది ఎక్కడంటే హైదరాబాద్‌లోని చార్మినార్ దగ్గర. ఎరుపు రంగు సంప్రదాయ దుస్తుల్లో లక్ష్య, అనన్య కలర్‌ఫుల్‌గా కనిపించారు. అక్కడి జనాలు వీరిని గుర్తు పట్టి, చుట్టుముట్టారు. సెల్‌ఫోన్లలో ఫొటోలు, వీడియోలు తీశారు. లక్ష్య, అనన్యా పాండే జంటగా నటిస్తున్న కాలేజ్ రొమాంటిక్ మూవీ 'చాంద్ మేరా దిల్' కోసమే ఈ సన్నివేశాన్ని చిత్రీకరించారు. ఈ చిత్రంలో ఈ ఇద్దరూ ఇంజినీరింగ్ స్టూడెంట్స్ పాత్రల్లో కనిపిస్తారు. ఈ చిత్రం షూటింగ్‌ని వారం రోజుల పాటు హైదరాబాద్‌లో ప్లాన్ చేశారు. చార్మినార్ తర్వాత మరో పాపులర్ ప్లేస్‌లో కీలక సన్నివేశాలు చిత్రీకరిస్తారట. ఈ చిత్రం ఈ ఏడాదే రిలీజ్ కానుంది.



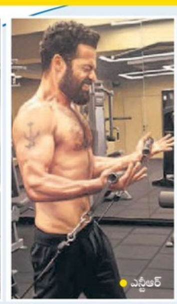
● చార్మినార్ దగ్గర...



● ప్రభాస్



● మహేశ్‌బాబు



● ఎన్టీఆర్



● రామ్‌చరణ్



● నాని

మిషన్ మేకోవర్

కథ డిమాండ్ మేరకు సినిమా సినిమాకు కొత్త లుక్స్‌లోకి మారిపోతుంటారు హీరోలు. కథల్లోని హీరో క్యారెక్టరైజేషన్‌కు తగ్గట్లుగా గెటప్ మార్చేస్తుంటారు. ఇలా తమ కొత్త సినిమాల కోసం కొందరు హీరోలు ఒక 'మిషన్' మీద ఉన్నారు. ఆ మిషన్ ఏంటంటే 'మేకోవర్'. ఈ 'మిషన్ మేకోవర్' విశేషాలు తెలుసుకుందాం.

రాముడి పాత్రలో..?

సిల్వర్ స్క్రీన్‌పై లాంగ్ హెయిర్, గడ్డంతో మహేశ్‌బాబు కనిపించి చాలా సంవత్సరాలైంది. ఇప్పుడు రాజమౌళి దర్శకత్వంలో చేస్తున్న 'ఎస్ఎస్ఎమ్‌బీ29' (వర్కింగ్ టైటిల్) సినిమా కోసం మహేశ్ బాబు పూర్తిగా మేకోవర్ అయ్యారు. హెయిర్, గడ్డం పెంచారు. అలాగే వర్కౌట్స్‌తో ఫిజికల్‌గా కూడా ధృడంగా తయారయ్యారు. కాగా ఈ కథకు మైథలాజికల్ టచ్ కూడా ఉందని, ఈ చిత్రంలో రాముడి పాత్రలో మహేశ్‌బాబు కనిపిస్తారనే టాక్ కూడా ప్రచారంలోకి వచ్చింది. ఈ వార్త నిజం అయితే 'ఎస్ఎస్ఎమ్ బీ29'లో మహేశ్ బాబును ప్రేక్షకులు పలు రకాల లుక్స్‌లో చూసే అవకాశం ఉంది. ఈ సినిమా షూటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఈ ఏడాది నవంబరులో ఈ సినిమా అప్‌డేట్‌ను ఇస్తామని రాజమౌళి చెప్పారు. నవంబరులో ఈ సినిమా టైటిల్, ఫస్ట్ లుక్‌ను రిలీజ్ చేస్తారని భోగట్టా. దాదాపు రూ. 1000 కోట్ల బడ్జెట్‌తో రూపొందుతున్న ఈ సినిమా 2027 మార్చిలో విడుదల కానుందనే ప్రచారం సాగుతోంది.

పోలీస్ ట్రైనింగ్

ప్రభాస్ ప్రస్తుతం 'ది రాజాసాబ్, ఫౌజీ' (ప్రచారంలో ఉన్న టైటిల్) చిత్రాలతో బిజీగా ఉన్నారు. ఈ సినిమా తర్వాత సందీప్ రెడ్డి వంగా దర్శకత్వంలోని 'స్పిరిట్' సినిమా షూటింగ్‌లో పాల్గొంటారు ప్రభాస్. ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్ పోలీసాఫీసర్ పాత్రలో నటించనున్నారు. ఈ హీరో పోలీస్‌గా కనిపించనున్న తొలి చిత్రం ఇదే. దీంతో 'ది రాజాసాబ్, ఫౌజీ' చిత్రాల షూటింగ్ పూర్తికాగానే, 'స్పిరిట్'లో పవర్‌ఫుల్ పోలీస్ లుక్ కోసం ప్రభాస్ మేకోవర్ కావాల్సి ఉంది. ఇందుకోసం ఆయన ఇంటెన్స్ ట్రైనింగ్ తీసుకోనున్నారట. ఈ చిత్రంలో 'యానిమల్' ఫేమ్ త్రిప్తి దిమ్రి హీరోయిన్‌గా నటించనున్నారు. ఇండియాలోని ప్రముఖ లోకేషన్స్‌తో పాటు మెక్సికో, యూకే వంటి విదేశీ లొకేషన్స్‌లోనూ 'స్పిరిట్' చిత్రీకరణ జరగనుంది. టీ సిరీస్ ఫిలింస్, భద్రకాళి ప్రొడక్షన్స్ పతాకాలపై భూషణ్ కుమార్, ప్రణయ్ రెడ్డి వంగా ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించనున్నారు.

బరువు తగ్గాలని...

ఎన్టీఆర్ హెవీ వర్కౌట్స్ చేస్తున్న ఓ వీడియో ఇటీవల వైరల్ అయిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ హీరో ఈ రేంజ్‌లో కష్టపడుతున్నది 'డ్రాగన్' (ప్రచారంలో ఉన్న టైటిల్) సినిమా కోసమే. ఎన్టీఆర్ హీరోగా ప్రశాంత్ నీల్ డైరెక్షన్‌లో 'డ్రాగన్' సినిమా తెరకెక్కుతోంది. ఈ పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాలో ఎన్టీఆర్ క్యారెక్టరైజేషన్‌లో డిఫరెంట్ షేడ్స్ ఉంటాయని తెలిసింది. ఆల్రెడీ సినిమా షూటింగ్ కొంత భాగం పూర్తయింది. అయితే కథ రీత్యా ఈ సినిమాలో ఎన్టీఆర్ ఓ డిఫరెంట్ లుక్‌లో కనిపిస్తారట. ఈ లుక్ కోసమే ఎన్టీఆర్ మేకోవర్ అవుతున్నారని తెలిసింది. ఈ లుక్ కోసం బరువు తగ్గే మిషన్ మీద ఉన్నారు. ఇక ఇటీవల ఓ యాడ్ షూటింగ్‌లో భాగంగా ఎన్టీఆర్ స్వల్పంగా గాయపడ్డారు. వైద్యులు ఆయనకు రెండు వారాల పాటు విశ్రాంతి సూచించారు. దీంతో ప్రస్తుతం ఎన్టీఆర్ రెస్ట్ మోడ్‌లో ఉన్నారు. కోలుకున్న తర్వాత తిరిగి ఆయన 'డ్రాగన్' సినిమా షూటింగ్‌లో జాయిన్ అవుతారు. ఈ చిత్రం తదుపరి షెడ్యూల్ విదేశాల్లో ప్రారంభం కానుందని తెలిసింది. రుక్మిణీ వసంత్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో మలయాళ నటుడు టొవినో థామస్ విలన్ రోల్ చేస్తున్నారనే ప్రచారం సాగుతోంది. కల్యాణ్ రామ్, కె. హరికృష్ణ, నవీన్ ఎర్నేని, వై. రవిశంకర్ నిర్మిస్తున్న 'డ్రాగన్' సినిమా వచ్చే ఏడాది జూన్ 25న విడుదల కానుంది.

ద్విపాత్రాభినయం?

'పెద్ది' సినిమా కోసం బరువు పెరిగారు రామ్‌చరణ్. సరైన వర్కౌట్స్, డైట్‌తో పూర్తిగా కొత్తగా మేకోవర్ అయ్యారు. రామ్‌చరణ్ హీరోగా నటిస్తున్న పీరియాడికల్ మల్టీస్పోర్ట్స్ డ్రామా 'పెద్ది'. ఈ సినిమాలో రామ్‌చరణ్ రెండు డిఫరెంట్ లుక్స్‌లో కనిపించనున్నారని తెలిసింది. ఆల్రెడీ ఈ సినిమా నుంచి రామ్‌చరణ్ ఫస్ట్ లుక్ విడుదలైంది. కానీ ఈ లుక్ కాకుండా మరో లుక్‌లో కూడా రామ్‌చరణ్ కనిపిస్తారు. ఈ రెండో లుక్ కోసమే ఈ హీరో బరువు పెరిగారని తెలిసింది. ఇలా 'పెద్ది'లో రెండు లుక్స్‌లో కనిపించనున్నారనే టాక్ తెరపైకి రావడంతో ఈ చిత్రంలో రామ్‌చరణ్ ద్విపాత్రాభినయం చేస్తున్నారనే ప్రచారం కూడా సాగుతోంది. అలాగే ఈ చిత్రంలో రామ్‌చరణ్ క్యారెక్టరైజేషన్‌లో డిఫరెంట్ వేరియేషన్స్ ఉంటాయని, ఇందులో భాగంగానే డిఫరెంట్ లుక్స్‌లో కనిపిస్తారనే ఊహాగానాలూ ఉన్నాయి. త్వరలో ఈ విషయాలపై ఓ క్లారిటీ వస్తుంది. బుచ్చిబాబు సానా దర్శకత్వంలో సుకుమార్ రైటింగ్స్, మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ పతాకాలపై వెంకట సతీష్ కిలారు నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం 2026 మార్చి 27న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. జాన్వీ కపూర్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో జగపతిబాబు, శివరాజ్‌కుమార్, దివ్యేందు శర్మ ఇతర ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు ఏఆర్. రెహమాన్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.

డిఫరెంట్ జడల్

'ది ప్యారడైజ్' ప్రపంచం కోసం పూర్తిగా మారిపోయారు హీరో నాని. 'దసరా' వంటి బ్లాక్‌బస్టర్ మూవీ తర్వాత హీరో నాని, దర్శకుడు శ్రీకాంత్ ఓదెల కాంబినేషన్‌లో రూపొందుతున్న చిత్రం 'ది ప్యారడైజ్'. ఈ సినిమాలో జడల్ అనే డిఫరెంట్ క్యారెక్టర్‌లో నటిస్తున్నారు నాని. ఈ జడల్ పాత్ర కోసం నాని ప్రత్యేకంగా మేకోవర్ అయ్యారు. ఇంటెన్స్ అండ్ హెవీ వర్కౌట్స్‌తో బరువు పెరిగారు. ఇక ఈ పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాలో మోహన్‌బాబు, 'కిల్' ఫేమ్ రాఘవ్ జూయల్ నెగటివ్ రోల్స్ చేస్తున్నారు. సుధాకర్ చెరుకూరి నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా 2026 మార్చి 26న విడుదల కానుంది.

ఇలా తమ కొత్త సినిమాల కోసం లుక్స్, గెటప్స్ మార్చుకున్న, మార్చుకుంటున్న హీరోలు మరికొంతమంది ఉన్నారు.

– ముసిమి శివాంజనేయులు